

MÁGDA CUSTÓDIO COSTA

**IMAGEM CORPORAL NA PERSPECTIVA DA SAÚDE COM INTEGRAÇÃO
DAS TDIC**

**FLORIANÓPOLIS
2016**

MÁGDA CUSTÓDIO COSTA

**IMAGEM CORPORAL NA PERSPECTIVA DA SAÚDE COM INTEGRAÇÃO
DAS TDIC**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para a
obtenção do título de Pós-Graduada, pelo
curso de Especialização em Educação na
Cultura Digital, da Universidade Federal de
Santa Catarina.

Orientador: Prof. Doutorando Juliano Silveira

**FLORIANÓPOLIS
2016**

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, por ter me dado à vida com saúde e oportunizado estes momentos de estudos.

Ao MEC, SED, UNDIME, UFSC pela oferta desta especialização.

À minha família, em especial meus pais, por serem minha referência e motivo de orgulho.

A direção e aos professores da minha escola pelo apoio recebido.

Aos professores da minha escola participantes desta especialização que tanto contribuíram comigo nestes estudos.

Aos meus alunos que participaram ativamente no desenvolvimento de tantas atividades de ensino aprendizagem.

Aos meus tutores do curso sempre presentes nas orientações das atividades.

Ao meu orientador de TCC, muito presente neste trabalho.

Aos meus amigos pessoais pela troca de ideias e apoio.

O emprego das TDIC constitui, hoje, a base dos desenvolvimentos científico e tecnológico da humanidade e é fator indispensável para a produção de conhecimento[...] Tais tecnologias interferem nos modos de conhecer e representar o pensamento pela combinação de palavras, imagens, sons, na atribuição de significados, nas subjetividades, nos espaços, tempos e nas relações interpessoais.
(ALMEIDA, 2010, p.1)

RESUMO

O presente trabalho relata e discute o tema da imagem corporal na perspectiva da saúde com integração das TDIC através de atividade de aprendizagem desenvolvida nas aulas de educação física pela profª Máгда Costa com alunos do 2º ano do ensino médio da EEB Profª Maria da Glória Silva do bairro Aurora de Içara – SC no período de 03 de agosto a 30 de setembro de 2015. Este estudo teve o intuito de contribuir significativamente para a conscientização dos discentes quanto à promoção e valorização da sua imagem corporal na perspectiva da saúde, da autoestima e do ser humano em detrimento ao padrão de beleza estabelecido pela mídia, possibilitando melhores relacionamentos interpessoais na vida de cada aluno e na comunidade escolar, estimulando também a prática das atividades físicas diárias como meio de obter benefícios relacionados à saúde. Imagem Corporal na perspectiva da saúde com integração das TDIC é um tema atual e relevante para promover o bem estar mental dos jovens possibilitando ainda o uso das TDIC para o melhor desenvolvimento do estudo e aprendizagens, haja vista que os jovens são nativos digitais e cabe à escola estimular cada vez mais a inclusão digital, ressignificando o uso das TDIC pelos estudantes, direcionando-lhes na utilização das mesmas como forma de pesquisa, estudos e produção de conhecimentos nas diferentes linguagens digitais. É também uma oportunidade aos professores de estender a cultura digital, já existente na vida pessoal dos seus alunos ao currículo escolar, como ferramenta pedagógica inerente ao processo de ensino aprendizagem contemporâneo, atuando como mediador da produção do conhecimento dos seus aprendizes.

Palavras-chave: Educação Física. Imagem Corporal. Saúde. TDIC.

SUMÁRIO

RESUMO.....	v
1 INTRODUÇÃO.....	1
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	3
2.1 IMAGEM CORPORAL	3
2.2 PADRÃO DE BELEZA E MÍDIA	4
2.3 ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE.....	6
2.4 CULTURA.....	8
2.4.1 Cultura Digital.....	9
2.5 TDIC NA ESCOLA	12
2.5.1 TDIC na Educação Física.....	19
3 RELATO DE EXPERIENCIA.....	24
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	37
REFERÊNCIAS.....	39

1 INTRODUÇÃO

Imagem corporal pode ser definida pela percepção que o sujeito tem do próprio corpo com base nas sensações e experiências vividas no decorrer da vida. Esta imagem pode ser influenciada por aspectos de natureza psicológica, física e cultural no âmbito da subjetividade de cada ser humano. É uma espécie de “fotografia mental” que a pessoa elabora sobre a sua imagem física e pode ser construída ou destruída por tentativas que buscam uma imagem e um corpo ideais.

Embora o conceito de beleza e o padrão ideal de corpo tenham se modificado durante a história da humanidade, eles têm sido sempre associados à imagem de poder, beleza e mobilidade social. A sociedade atual é fortemente influenciada pela mídia, que constrói e impõe um padrão de beleza que valoriza a magreza e rejeita o corpo gordo (LEVY *et al.*, 2010).

Percebe-se que as pessoas têm feito selfies mentais do seu próprio corpo e comparado diariamente com os corpos apresentados como ideais pelas diversas mídias, as quais atualmente acessamos e cujos discursos têm sido potencializados com o avanço tecnológico digital. E desta forma a insatisfação corporal tem aumentado, pois cria-se a ideia de que todos devem ter corpos iguais, desconsiderando todos os fatores que nos diferenciam naturalmente.

Observa-se que a busca por este padrão corporal tem levado as pessoas à práticas desnecessárias, como cirurgias de estética para obterem o corpo padronizado, estipulado e incentivado pelas diversas mídias. Adotam estas práticas para terem resultados imediatos. Acrescenta-se que, levando em conta tal busca por um corpo perfeito, muitas vezes os reais benefícios da atividade física regular acabam ficando em segundo plano, deixando de ser aproveitados por esses sujeitos. A atividade física também gera satisfação e coloca a pessoa num meio onde se faz amigos e estas encorajam e incentivam a continuação destas atividades físicas que é uma aliada imprescindível para alcançar uma boa forma física e sua prática deve ser desenvolvida de maneira prazerosa e contínua ao longo de toda a vida. A preocupação de promover e manter a saúde devem ser ressaltadas para a população mundial, que, cada vez mais, necessita, em sua rotina diária, da prática de exercícios físicos regulares para combater os efeitos nocivos da vida sedentária.

Avalia-se que as TDIC são uma valiosa aliada ao combate ao sedentarismo, pois podemos encontrar muitas informações e dicas de corpo

saudável e atividades físicas através de vários sites, revistas e livros online, blogs e aplicativos digitais.

Sendo assim, surgem questionamentos que buscaremos explicitar ao longo deste TCC. Como relacionar minha imagem corporal com a saúde? A mídia influencia na minha imagem corporal? As atividades físicas contribuem para melhorar a minha imagem corporal na perspectiva da saúde? As TDIC podem auxiliar na percepção de saúde da minha imagem corporal? Qual o papel da disciplina de educação física perante os jovens neste contexto?

Compreender a relação entre imagem corporal, saúde, mídias, TDIC e atividades físicas entre os jovens é o objetivo maior deste estudo, uma vez que constatamos que na contemporaneidade tem-se dado maior valor a estética do que a saúde como um todo. Valoriza-se a aparência, isto é, o aspecto físico como um fator preponderante para agradar e estabelecer vínculos com outras pessoas, desconsiderando ou desvalorizando os aspectos cognitivos, espirituais, afetivos, de valores, de comunicação, de expressão, entre outros. Aspectos esses, tão importantes e necessários para estabelecer e manter vínculos com outros seres, formando um conjunto, o todo do ser humano, que busca ser aceito e compreendido com os quais se relaciona.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 IMAGEM CORPORAL

Imagem corporal é a figuração do próprio corpo formada e estruturada na mente do mesmo indivíduo, ou seja, a maneira pela qual o corpo se apresenta para si próprio. É o conjunto de sensações sinestésicas construídas pelos sentidos (audição, visão, tato, paladar), oriundos de experiências vivenciadas pelo indivíduo, onde o mesmo cria um referencial do seu corpo, para o seu corpo e para o outro, sobre o objeto elaborado (MATURANA, 2004, p.1).

Considera-se que a imagem corporal é como o corpo se apresenta para nós, ou seja, como vemos a nós mesmos. Através das percepções sensoriais desenvolve-se a consciência corporal, e este reconhecimento influencia na forma como as pessoas agem e interagem no seu dia a dia, aceitando ou negando o seu corpo. A imagem corporal será influenciada pelo meio em que vivemos e pelas situações que enfrentamos. A boa formação da imagem corporal é ponto importante para aquisição de outras qualidades psicomotoras e principalmente para o autoconceito.

Compreende-se que a imagem corporal vai sendo elaborada e reelaborada de acordo com as percepções introspectivas que a pessoa sente vivenciando situações de aprendizagens através do acesso às informações, troca de experiências e a busca pela aceitação do próprio corpo como forma de satisfação pessoal de ser e estar no mundo, para bem viver e relacionar-se consigo mesmo e com os demais.

É muito importante ter um bom referencial corpóreo, pois influencia diretamente nas relações que estabelecemos e um autoconceito positivo permite que tenhamos mais segurança e confiança sendo transmitido pela expressão corporal ao estarmos diante dos outros.

A OMS - Constituição da Organização Mundial da Saúde (1946 *apud* USP, 2016) define saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade.

O ideal é que tivéssemos uma concepção de imagem corporal na perspectiva da saúde, de corpo saudável e de qualidade de vida como resultado, aliando a prática da atividade física regular como forma de combater o sedentarismo. Pois dessa maneira seria possível refletir sobre sua própria imagem corporal, associando a mesma à saúde, que compreende o bem estar físico, orgânico, emocional e social do indivíduo. Quando estamos de bem com nosso corpo, quando nos olhamos no espelho e gostamos, aprovamos, aceitamos o que vemos, nos sentimos belos, felizes e satisfeitos. Nossa autoestima aumenta e se fortalece, permitindo que cheguemos à frente dos outros com confiança e desta forma nos relacionarmos melhor.

2.2 PADRÃO DE BELEZA E MÍDIA

Na esfera das preocupações impostas às culturas juvenis, destaca-se a necessidade constante da busca por um corpo ideal, ou perfeito, determinado pela influência dos meios de comunicação de massa e da indústria da moda. Dia após dia ocorre uma verdadeira avalanche de conteúdos acerca daquilo que é apresentado como um modelo de corpo a ser 'adotado' ou 'perseguido' por todos e todas. (PIRES; SILVEIRA, 2014).

No século anterior, obras de arte foram inspiradas por corpos obesos, hoje são rechaçados pela sociedade e pela biomedicina, pois entende-se que a obesidade prejudica o sistema cardiovascular e está associada a uma série de outras doenças.

O mundo social, cultural e tecnológico está transformando o corpo, tornando-o produto de aquisição, comercializável. Estas transformações e mudanças envolvem a compreensão atual do corpo midiático, esbelto e forte com musculaturas definidas, que normalmente tem sido exposto, divulgado e incentivado pelas diferentes mídias, formando a opinião das pessoas e propagando assim, um corpo padronizado para todos. Associam esta suposta beleza à saúde e disseminam um discurso em que a beleza representa sucesso pessoal e profissional, incentivando as pessoas a adotar o corpo padrão, independente da formação e características biológicas de cada um. Neste contexto, podemos falar de corpolatria, que segundo a Wikipédia,

(...) é o culto exagerado do corpo. Corpolatria é uma espécie de 'patologia da modernidade' caracterizada pela preocupação e cuidado extremos com o próprio corpo não exatamente no sentido da saúde (ou presumida falta dela, como no caso da hipocondria) mas particularmente no sentido narcisístico de sua aparência ou embelezamento físico.

Com este discurso de padronização, as pessoas perseguem esta perfeição corporal sem medir esforços para tal, tornando-se uma espécie de obsessão, envolvendo desde a prática exagerada de exercícios físicos até às cirurgias estéticas para obterem resultado imediato e desejado.

Neste viés, fica implícito que aquele que atinge o padrão corporal cultuado nas diversas mídias, estabelece uma relação de poder sobre aqueles que não atingiram este patamar. Isto porque atingir tal modelo corporal significa estar na moda, estar de acordo com os padrões propagados, significa ser aceito, ter condições e demonstrar superar seus próprios limites, enquanto que, nesta lógica, os não enquadrados acabam, talvez, rebaixados a uma condição humana inferior.

Esta situação de rejeição do corpo do outro nos remete ao conceito de estigma, que é uma desaprovação das características pessoais de alguém, que contraria os padrões culturais divulgados e aceitos pela maioria como normais, como algo a ser atingido por todos, como o caso do padrão de estética corporal aqui discutido. Goffman (1998 *apud* AMARAL, 1982),

introduz conceitualmente a noção de estigma (marca, sinal) - estigma esse imputado àquelas pessoas que se afastam da idealização corrente em determinado contexto. Para ele são três as "aberrações" desencadeantes de estigma: do corpo, de opções comportamentais e de inserção "tribal". Esses atributos e/ou características definem, nas *relações* que o autor denomina de *listas*, o tipo de interação a ser vivenciado entre os estigmatizadores e os estigmatizados ou estigmatizáveis.

Essa perspectiva da busca pelo corpo midiático, esbelto e forte com musculaturas definidas, abrange também a adolescência, que é definida pela Organização Mundial da Saúde como a faixa etária entre 10 e 19 anos de idade, como um período da vida que merece particular atenção, pois os corpos diferentes tornam-se objetos de crítica social e, por isso, fonte de frustrações, constrangimentos e limitações, principalmente durante vivências e práticas corporais nas aulas de educação física.

Neste sentido, devemos utilizar as mídias em nossas aulas, em favor da compreensão do corpo na perspectiva da saúde, através da integração das TDIC para pesquisar informações e organizar conhecimentos sobre corporeidade e o respeito à singularidade de cada indivíduo, que não pode ser esquecida, tampouco industrializada, massificada ou vendida. É importante esclarecer aos educandos que os corpos são geneticamente diferentes e por isto respondem de forma diferente aos exercícios, à alimentação, etc. E como sempre friso em minhas aulas, a educação física é para todos: meninos, meninas, baixinhos, altinhos, magrinhos, gordinhos, etc, ressaltando a importância da cooperação constante para que turmas tão heterogêneas possam usufruir das aulas em um clima de participação e respeito à individualidade e habilidades de cada um.

2.3 ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

Mezzaroba (2012, p.1) escreve que “é necessário ampliar o olhar sobre as questões da saúde na educação física escolar ultrapassando o plano unicausal de que atividade física gera saúde automaticamente.” Sendo assim, penso que independente do meio em que o indivíduo esteja inserido e da sua condição financeira, social, cultural, etc, há que se refletir sobre estas questões na sala de aula com os educandos a fim de que compreendam e relacionem atividade física com as questões sociais e culturais. A saúde como bem de consumo deve ser alcançada por todos os seres humanos, mas é necessário que este reúna as condições necessárias e favoráveis para tal fim, assim como moradia, vestimenta, educação, etc. Pois desfrutando destas possibilidades, estando esta pessoa bem alimentada, tendo conhecimento sobre benefícios da atividade física, possuindo uma casa para morar, tendo trabalho, sentindo-se segura e com a autoestima elevada, a atividade física será uma aliada para bem manter e melhorar sua saúde.

Nossas escolhas cotidianas afetam a maneira de como e por quanto tempo vivemos. Não basta apenas uma alimentação saudável, um bom emprego ou uma boa forma de se socializar, necessita-se antes de tudo de um tempo para cuidar de si mesmo exteriormente e interiormente. É manter, ou melhor, tentar manter

um novo padrão de qualidade de vida, é trabalhar seu estilo de vida, buscar formas de controlar seu stress, necessitando-se, dessa forma, de uma administração de forma consciente do tempo que se dispõe para as diversas atividades que compõe o dia-a-dia, incluindo as opções de formas de lazer através de atividades físicas.

O ser humano, na sua preocupação com o corpo, tem de estar alerta para o fato de que saúde e longevidade devem vir acompanhadas de qualidade de vida, tanto no presente como no futuro.

A Unesco afirma que “a atividade física é um direito de todos e uma necessidade básica”. Acredito que o movimento oriundo das práticas corporais, quando aliadas as condições favoráveis do seu praticante, geram desenvolvimentos físico, motor, orgânico, social, econômico, industrial, tecnológico, científico, entre outros, tamanha a sua importância e amplitude de alcance. Principalmente na atualidade, onde as pessoas se exercitam menos durante seu cotidiano, pois todo o desenvolvimento do progresso tem diminuído o nível de esforço físico que o homem necessita fazer diariamente para desempenhar suas funções familiares, laborais e sociais.

Segundo Caspersen *et al.* (1985 *apud* PORTO, 2002) "A atividade física é definida como qualquer movimento corporal, produzido pelos músculos esqueléticos, que resulte em gasto energético maior que os níveis de repouso". Porto afirma que,

a prática regular de exercícios físicos promovem benefícios que se manifestam sob todos os aspectos do organismo. Na aparência: melhora seu visual, melhora sua postura, os músculos ficam mais eficientes e com melhor tônus, combate o excesso de peso e o acúmulo de gordura. No trabalho: aumenta a produtividade, menor propensão às doenças, melhor índice de frequência no trabalho, combate o estresse e a indisposição, melhora sua capacidade para esforços físicos. No dia a dia: maior disposição para as tarefas cotidianas, o coração trabalha de forma mais segura e eficiente, aumenta seu fôlego, melhor elasticidade e flexibilidade do corpo, melhora sua autoestima, você se alimenta e dorme melhor, vive melhor e com mais qualidade. Na saúde: aumenta a qualidade e a expectativa de vida, melhora seu sistema imunológico, previne e reduz os efeitos de doenças como: cardiopatias, estresse, obesidade, osteoporose, hipertensão arterial, deficiências respiratórias, problemas circulatórios, diabetes, alterações das taxas de colesterol (lipídicas) (PORTO, 2002).

Podemos dizer que levar uma vida mais ativa, mais integrada às atividades diárias como jardinagem, caminhadas para o trabalho, subir escadas e também com as atividades físicas mais intensas orientadas por profissionais de educação física em academias, clubes, centros de treinamento físico promovem a saúde e a qualidade de vida do praticante, reduzindo a ansiedade e o stress, exercendo também efeitos positivos no convívio social do indivíduo, tanto no ambiente de trabalho, quanto no social e familiar.

2.4 CULTURA

Cultura é uma composição de práticas, símbolos, técnicas e valores que são transmitidos de geração em geração, com o objetivo de tornar possível a convivência em grupo. Para que isso ocorra, defende a existência de uma consciência coletiva que, no presente, elabora condições e rotinas para o futuro de uma comunidade. Essa característica aproxima o conceito de cultura do ato de educar. Segundo o autor, nenhum povo tem uma só cultura. As culturas se misturam à medida que servem para aproximar um grupo da explicação ou para o atendimento às suas necessidades (BOSI, *apud* ALMEIDA; VALENTE, 2014).

Podemos dizer que cultura são todos os saberes, fazeres e pensares. Está em todo lugar e em todas as pessoas nas suas diferentes manifestações e expressões. São também as experiências acumuladas e possibilidades do futuro em todos os sentidos da vida. Nesta perspectiva a cultura não é estática, ela se modifica conforme se modificam os homens e os ambientes em que se encontram, pois é um fator de humanização e está sempre em desenvolvimento, sendo que as invenções e descobertas são responsáveis por esta dinâmica, mudança da cultura ao perpassar do tempo. Mas também há parte da cultura que é transmitida de geração em geração sem sofrer grandes transformações, tornando-se tradição entre aquele povo.

Chamaremos de cultura o conjunto dos resultados dessa ação sobre o mundo. Não há, portanto, ser humano fora da cultura e, nesse sentido, é absurdo considerar a existência de alguém que não tenha cultura. A cultura é o próprio ambiente do ser humano, socialmente formada com valores, crenças, objeto, conhecimentos, etc. É o homem que produz a cultura, sendo uma das manifestações culturais a vida em sociedade. Assim sendo, a sociedade é resultado dos processos culturais criados pelo próprio homem e atualmente

estamos imersos na cultura digital. Esta tem se pautado num período de nossa história com um significativo aporte das TDIC que, por sua vez tem se constituído em fonte inesgotável dos mais variados recursos de aprendizagens nas diferentes linguagens digitais. Uma vez que, por meio da pesquisa e compartilhamento das informações, possibilitam o acesso ao conhecimento e se estabelecem como plataformas de comunicação e entretenimento através das redes sociais, aplicativos e sites específicos, como abordaremos melhor no capítulo seguinte.

2.4.1 Cultura Digital

A cultura digital veio para ficar. De tão repetida, a afirmação perde força. Banalizada, pode dar a impressão de que se trata de apenas mais uma entre tantas mudanças que constituem o que se convencionou chamar de fluxo histórico. Sim, é uma mudança. Mas é das grandes. Gente da envergadura do filósofo Pierre Lévy conferem a ela o status de revolução. A quarta revolução da comunicação humana, para ser mais preciso (as três primeiras seriam a invenção da escrita, do alfabeto e da imprensa) (NOVA ESCOLA, 2016).

Observando a linha do tempo das produções humanas, a fotografia analógica e a digital, a televisão, o telefone, o dvd, os filmes, o computador e o videogame são recursos tecnológicos com funções diferenciadas que sofreram modificações e foram aperfeiçoados contribuindo para constituir o que chamamos hoje de cultura digital. Estas se constituem precursoras das ditas novas tecnologias com as quais nos familiarizamos e, pode-se afirmar que foram responsáveis por povoar nosso cérebro com imagens, movimentos e sons, trazendo ao nosso cotidiano nova maneira de ser, estar e apreender o mundo.

Atualmente, o computador tornou-se indispensável à sociedade através da conexão com a internet, sendo que milhões de pessoas a utilizam para ter acesso à informação, à educação e à diversão. O saber produzido historicamente pela humanidade já está disponível na internet, sendo possível acessá-los a qualquer tempo e espaço a partir de um instrumento digital. A distância entre os lugares e as pessoas diminuiu, mudando a noção de tempo e espaço, facilitando a comunicação e aumentando o vínculo e afeto, pois mesmo distante não deixam de se ver e falar através das redes sociais.

A tecnologia digital tem transformado vidas e transformou a minha também.

A começar pelo computador, uma maravilha poder corrigir um texto e arquivá-lo para posterior modificação sem ter que descartá-lo pelo erro de digitação como fazíamos quando usávamos as máquinas de datilografia. O computador é nosso caderno de rascunho, nossa biblioteca, particular, nosso acervo de ideias, projetos, planejamentos; onde podemos abrir, acessar, modificar, excluir, sentir saudades e sorrir ouvindo músicas, vendo fotos, vídeos, etc. Enfim, é nosso arquivo pessoal, nossa memória. Através do computador e da internet podemos ampliar nossas informações e conhecimentos com pesquisas e leituras realizadas nos milhares de sites; baixar músicas, clipes, vídeos, filmes e ouvir e/ou assistir acoplado ao datashow tornando-se assim um meio de lazer bem econômico.

O e-mail, endereço digital que substitui nosso endereço residencial e as cartas, nos permite comunicar com maior rapidez, resolver situações pessoais, favorecer a inscrição e participação em cursos online, iniciar negócios, enviar e receber documentos, notícias, fotos, músicas, vídeos, acessar mídias, etc, tornando a vida mais prática e ágil.

O telefone celular, outra invenção incrível, principalmente com o acesso a internet e o desempenho de várias funções como: realizar chamadas, som, imagem, vídeos, downloads, conexão a informação e a socialização, agenda eletrônica, etc. É prático, está sempre a mão e torna-se também um meio de lazer e de acesso a cultura.

As redes sociais como MSN onde podíamos teclar, falar, enviar, receber arquivos e ver pessoas queridas em qualquer cidade, estado ou país, resultando também em economia e praticidade. Depois surgiram Orkut, Twitter, Skype, Facebook, WhatsApp, entre outros aplicativos de comunicação e sociabilização e o blog como rede de compartilhamento.

Os adultos, imigrantes digitais, adaptaram-se ao novo mundo tecnológico e digital de forma muito subjetiva, de acordo com sua situação geográfica, financeira, cultural e social. As brincadeiras infantis mudaram muito e as crianças não se encontram mais nas ruas jogando bola ou pedalando livremente; estão sentadas em frente aos computadores ou jogos de vídeo games jogando sozinhas contra a máquina ou com um amiguinho, preferindo assim os jogos virtuais do que brincar nas ruas.

A tecnologia digital tem melhorado e muito a minha vida profissional como professora, pois utilizando-as na minha disciplina permite tornar o aluno sujeito ativo na organização e elaboração dos temas estudados, através de pesquisas, redação de textos, seleção de imagens, músicas, fotos, vídeos, figurinos, movimentos, necessários a resolução da atividade proposta, o que lhe possibilita ler, refletir, selecionar, discutir ideias, organizar e apresentar.

E assim, computadores, internet, sites, e-mails, celular, tablets, datashow, redes sociais tem invadido nossas vidas para facilitar nosso cotidiano pesquisando, escrevendo, estudando, aproximando, resolvendo, negociando, empreendendo e socializando.

O conceito de cultura digital não está consolidado. Aproxima-se de outros como sociedade da informação, cibercultura, revolução digital, era digital. Cada um deles, utilizado por determinados autores, pensadores e ativistas, demarca esta época, quando as relações humanas são fortemente mediadas por tecnologias e comunicações digitais (CULTURA DIGITAL, 2016).

As tecnologias digitais reunindo todos os instrumentos com conexão a internet constituem o fenômeno da cultura digital que também configura a ação e interatividade das pessoas com estes aparatos digitais e o acesso ao mundo virtual nas diversas fontes e linguagens digitais para diversas finalidades, que além de aumentar a disponibilidade de bens culturais, são vistas como promessas de um mundo mais democrático, produzindo um bem comum a todos, tornando-se acessível e promovendo a emancipação pelo acesso a informação e ao saber.

Atualmente dispõem-se também da tecnologia assistiva, assim denominada para identificar os recursos e serviços que consistem em proporcionar ou ampliar habilidades funcionais para pessoas especiais e promover independência e inclusão. De acordo com Bersch e Sartoreto (2014),

os recursos podem variar de uma simples bengala a um complexo sistema computadorizado. Estão incluídos brinquedos e roupas adaptadas, computadores, softwares e hardwares especiais, que contemplam questões de acessibilidade, dispositivos para adequação da postura sentada, recursos para mobilidade manual e elétrica, equipamentos de comunicação alternativa, chaves e acionadores especiais, aparelhos de escuta assistida, auxílios

visuais, materiais protéticos e milhares de outros itens confeccionados ou disponíveis comercialmente. E os serviços são aqueles prestados profissionalmente à pessoa com deficiência visando selecionar, obter ou usar um instrumento de tecnologia assistiva. Como exemplo, podemos citar avaliações, experimentação e treinamento de novos equipamentos. Os serviços de tecnologia assistiva são normalmente transdisciplinares envolvendo profissionais de diversas áreas, tais como: fisioterapia, terapia ocupacional, etc.

As TDIC estão a serviço da população e das pessoas especiais facilitando e melhorando a vida de todos. A sociedade tem se diversificado muito e isto requer novos modelos de organização e as novas tecnologias digitais também estão sendo pensadas para atingir todas as camadas da população em suas diferentes necessidades em todos os setores sociais.

A tecnologia assistiva tem como objetivos proporcionar à pessoa com deficiência maior independência, qualidade de vida e inclusão social, através da ampliação de sua comunicação, mobilidade, controle de seu ambiente, habilidades de seu aprendizado, trabalho e integração com a família, amigos e sociedade. (BERSCH; SARTORETO, 2014).

2.5 TDIC NA ESCOLA

As tecnologias sempre estiveram presentes na escola, desde o giz e a lousa, o lápis e o caderno, passando também por mimeógrafo, projetor, TV e vídeo, até chegar aos recursos mais modernos, como celulares e computadores móveis com conexão a internet. Cada uma dessas tecnologias teve e tem seu espaço no contexto escolar. Para Almeida (2008 *apud* ROSA, 2012, p. 52),

um dos maiores desafios para a efetiva convergência entre tecnologias, mídias e currículo é compreender que o alicerce conceitual dessa integração se funda na aprendizagem ativa, em uma ótica de transformação da escola e da sala de aula em um espaço de experiência, formação de cidadãos, vivência democrática e de produção de conhecimento para a vida.

Socialmente há muita aceitação das novas tecnologias digitais e as crianças e jovens tem muito interesse e facilidade em lidar com elas, o que por si só ajudaria muito na inclusão dentro das escolas como ferramenta e recursos

pedagógicos. Esta é uma nova realidade escolar e será aderida paulatinamente, assim como os indivíduos que precisarão desenvolver suas habilidades com as tecnologias, pois não basta que as escolas se equipem para atender a esta nova demanda, o professor também precisará se adaptar a esta nova forma de ensino aprendizagem. O certo é que não há mais como fugir ou ignorar os benefícios que a integração das TDIC traz ao currículo e a aprendizagem, portanto será apenas uma questão de tempo para que pareça tão natural e inerente ao processo de ensino aprendizagem, pois necessária e imprescindível já é.

A escola aparece como meio de convívio social após a família, propiciando a socialização do indivíduo, não podendo ficar alheia ao crescimento das tecnologias digitais de informação e comunicação, e inserindo-as ao processo ensino aprendizagem deve propor aulas atrativas e significativas ao currículo escolar, pois essa geração já nasceu na era da informação e tem facilidade em pesquisar sobre os mais diversos assuntos com um passar de dedos, então cabe ao professor direcionar esse conhecimento para uma efetiva aprendizagem educacional. Para Basso (2003 *apud* ROSA, 2012, p. 44),

as tecnologias de comunicação e a convergência tecnológica rompem com o conceito de espaço fixo, redimensionando-o. Ao mesmo tempo em que viabilizam cada vez mais a comunicação, a proximidade, a colaboração e a interação, possibilitam, igualmente, mais informação. Os espaços e o tempo, agora sob uma lógica não geográfica e não temporal, também estão sob a lógica do ver e informar o tempo todo por meio da mobilidade.

Estamos socialmente organizados num mundo contemporâneo de muita intensidade, onde não podemos perder tempo e qualidade para bem desempenhar nossas funções laborais, familiares, sociais e de aprendizagens. Há em todo o planeta uma urgência para tudo e conseqüentemente para todos; um segundo tornou-se um tempo muito precioso e não podemos perdê-lo. Então, a tecnologia digital surge para suprir esta velocidade que não temos, encurtando a distância e o tempo que necessitamos para realizar nossos compromissos com rapidez e qualidade, oferecendo principalmente saberes nas diferentes linguagens digitais enriquecendo a aprendizagem educacional e tornando-se uma fonte inesgotável de pesquisas em todas as áreas do conhecimento.

A cultura digital se estrutura a partir de um comportamento colaborativo em rede, sendo muito importante na criação, divulgação e distribuição das

informações, gerando uma nova forma de comunicação e aprendizagem. A internet fascina e encanta quem a utiliza, pois é permitido ir de um local a outro rapidamente, explorando e conhecendo tudo que for do seu interesse.

Diante das mudanças que as tecnologias digitais impregnaram na vida de todos, tornando tudo de fácil acesso e de uma velocidade imensa possibilitando também a comunicação instantânea entre pessoas, é urgente que a escola acompanhe estas transformações munindo-se de equipamentos modernos para disponibilizar aos professores e alunos para que juntos os utilizem pedagogicamente enriquecendo o cotidiano escolar e tornando a escola atraente e atual aos alunos, pais e comunidade em geral.

Desde o surgimento da internet e do desenvolvimento do serviço de World Wide Web, ou simplesmente Web, os usuários dispõem da criação de espaços cada vez mais interativos que possibilitam modificar conteúdos e criar novos ambientes hipertextuais.

O termo Web 2.0 foi criado em 2004 pela O'Reilly Media, uma empresa de comunicação americana, para designar uma nova era nas comunicações interpessoais na internet, com um grande potencial para a utilização e o desenvolvimento de ferramentas colaborativas que podem ajudar, entre outras coisas, no desenvolvimento de aulas e em atividades de pesquisa realizadas pelos professores e alunos (ROSA, 2012, p.23).

Nossa escola dispõe de um laboratório de informática há mais de dez anos e a cada ano é mais e mais utilizado, pois atualmente não é mais questão de obrigatoriedade e sim de necessidade, pois finalmente reconhecemos o valor desta integração digital em nosso cotidiano escolar no que tange a produção do conhecimento através dos vários saberes que a rede apresenta instantaneamente. E o educador que considera a aprendizagem através da troca, da cooperação, da interação, da elaboração de hipóteses ou da argumentação, encontrará nas TDIC ferramentas importantes para ir além das limitações do espaço escolar.

As crianças e jovens de hoje conseguem aprender utilizando e manuseando diferentes mídias, possuem “cérebro borboleta”, conforme denomina Pereira (2010 *apud* GUEDES, 2012, p.45). Conseguem fazer muitas tarefas simultaneamente. Porém, ao mesmo tempo em que são ágeis na busca por informações, que conseguem manusear diferentes mídias juntas, os jovens

possuem dificuldades para analisar e refletir sobre o que leem, não aprofundam suas pesquisas, aspecto este em que se faz necessária a mediação do professor.

Compreender que os jovens são nativos digitais e professores são imigrantes digitais, se aproximar do conceito de web currículo enriquece as aprendizagens escolares permitindo a pesquisa, a reflexão, a análise, a síntese e o trabalho colaborativo, pois toda produção intelectual já está disponível na rede.

As redes sociais de relacionamento, com as quais também aprendemos a conviver, Facebook, Skype, WhatsApp, Messenger e outros tipos de redes como blogs, configuram um modo de interação caracterizado pela partilha de informações e conhecimentos até então inexistente entre os humanos. Por esse extenso uso da tecnologia, os efeitos das mudanças decorrentes dos avanços no setor estão sendo cada dia mais percebidos na sociedade contemporânea. Segundo Telles (2011, p. 82-83),

as redes sociais são ambientes cujo foco é reunir pessoas, os chamados membros, que uma vez, inscritos, podem expor seu perfil com dados como fotos pessoais, textos, mensagens e vídeos, além de interagir com outros membros, criando lista de amigos e comunidades. A maioria das redes sociais contém o conceito de um grupo – um conjunto de pessoas unidas com um interesse em comum. Os membros do grupo podem compartilhar notícias e discussões. Também permite que você crie um evento e convide seus amigos para participar.

Por caracterizar um grupo de pessoas com algo em comum, é que nossa escola tem aderido às redes sociais para postar atividades pedagógicas organizadas em textos, fotos, áudios e vídeos das palestras, apresentações artísticas, esportivas e culturais, conferências, exposições, feiras, produções áudio visuais e tecnológicas desenvolvidas no recinto escolar, pois objetivamos a disseminação do conhecimento produzido durante o ano letivo e chamamos a participar de nossas redes sociais como facebook e blog, toda a comunidade escolar representada por professores, alunos, funcionários, pais e amigos em geral que tem vínculo ou interesse educacional.

As redes sociais permitem extrapolar as salas de aula e os muros escolares e tem sido um veículo de informação, divulgação e acima de tudo de aprendizagem e valorização da escola como centro cultural capaz de gerar e produzir novos conhecimentos, resgatando o valor da instituição escola e também

daqueles que a compõem, demonstrando nosso potencial através das diversas atividades de ensino aprendizagem postadas, e desta forma dando respaldo a toda comunidade que depositam sua confiança no ensino escolar.

Atualmente as famílias tem tido pouco tempo de ir até a escola e assim as redes sociais também cumprem este papel da aproximação, ao mesmo tempo que informam e mostram como seus filhos tem desempenhado seu papel de educando, o professor de ensinar e mediar, a direção de coordenar, etc. Naturalmente que melhor seria a presença constante das famílias dentro das escolas para acompanharem todo o processo de ensino aprendizagem que ali acontece, mas diante desta impossibilidade, as redes sociais amenizam bastante esta ausência e transmitem a segurança que os pais precisam para saber de seus filhos dentro do ambiente escolar.

Em março de 2012 a escola criou o Blog com o nome Inovando o Inovador na EEB Maria da Gloria Silva com o objetivo de postar e divulgar as atividades de ensino aprendizagem promovidas e desenvolvidas pela escola através do corpo docente e discente. O blog continua ativo e em 2012 postamos 33 arquivos, em 2013, 43 arquivos, em 2014, 58 arquivos, em 2015, 22 arquivos e em 2016, 4 arquivos até o dia 05 de maio. O blog pode ser utilizado como um laboratório de escrita virtual onde todos os membros agem, interagem, trocam experiências sobre assuntos do mesmo interesse, o que gera ambiente colaborativo.

Blog significa diário online e surgiu em 1997. O professor pode usar o blog para integrar as atividades pedagógicas com o meio virtual, expandindo a aula para além do espaço físico e do tempo escolar. Já os alunos podem ter por objetivo criar blogs para resolver problemas propostos pelo professor; debater outros temas de interesse; desenvolver trabalhos colaborativos; produzir conhecimentos e sobretudo aprender (ROSA, 2012, p.26-27).

Nossa escola criou uma pagina no facebook com o nome Escola Maria da Gloria Silva, em 2015, com participação de diretores, professores, alunos, funcionários, comunidade e amigos, totalizando hoje 1094 participantes ou seguidores. Antes disto, a diretora postava muitas atividades em seu próprio *facebook*, assim como muitos professores. Esta página do *facebook* é muito utilizada em nossa escola como rede social para socialização das atividades pedagógicas realizadas pela escola, pelas turmas, por disciplinas e também

utilizado dentro das turmas, em especial, o ensino médio, para postagens, divulgações e contribuições em atividades pedagógicas produzidas nas diferentes disciplinas e ali compartilhadas para o conhecimento e aprendizagem de todos os participantes. Normalmente toda a comunidade curte, comenta e compartilha as postagens, demonstrando que acompanham a página da escola.

Com a criação desta página do facebook, percebemos que o blog da escola ficou meio inativo e concluímos que se deu por dois fatores. Primeiro por falta de recursos humanos para atualizar constantemente duas redes sociais e segundo por que é mais prático postar no *facebook*, além de permitir uma integração e socialização muito mais rápida e eficiente entre postagens e participantes.

Segundo Telles (2011, p.83) “o facebook foi aberto para a população mundial em 2006, bastando para isto que a pessoa tivesse um e-mail para se inscrever”. Para Miranda Junior (2012, p.40),

o facebook incentiva a utilização de mídias sociais para a educação. Hoje em dia, grande parte dos educandos tem acesso a internet, inclusive com celulares e tablets. O ambiente encontra-se, portanto, preparado para disponibilizar o conteúdo formatado para esses equipamentos.

Em 2014 a direção da nossa escola criou o primeiro grupo de *whatsapp* para professores e funcionários. Desde então tem sido utilizado constantemente, pois é muito útil para recados, conversações, compartilhamento de diversas mídias, informações, etc. Houve adesão em massa por representar mais um elo, um meio de comunicação instantânea e acima de tudo para estar bem informado sobre assuntos pertinentes a comunidade escolar.

De acordo com o site significados “Whatsapp é um software para smartphones utilizado para troca de mensagens de texto instantaneamente, além de vídeos, fotos e áudios através de uma conexão a *internet*. Afirma também que o Whatsapp foi lançado oficialmente em 2009”.

Utilizamos em nossa atividade de aprendizagem o aplicativo Medida Certa e os alunos baixaram este aplicativo em seus celulares com a finalidade de calcular o índice de massa corporal deles mesmos, familiares e vizinhos, como parte da atividade de aprendizagem imagem corporal na perspectiva da saúde com integração das TDIC. Neste aplicativo é possível verificar se a pessoa está

dentro da massa corporal considerada ideal para a saúde de acordo com a classificação da Organização Mundial da Saúde e conforme índice obtido através do cálculo do peso da pessoa dividido pela sua altura ao quadrado e há indicação se alimentação e atividade física, gasto calórico, estão ou não normais.

Aplicativo móvel, conhecido normalmente por seu nome abreviado app, é um software desenvolvido para ser instalado em um dispositivo eletrônico móvel. A sigla "app" é uma abreviatura do termo "aplicação de software". Foi em 2010 que se tornou tão popular que foi assinalada como "Palavra do Ano" pela American Dialect Society. São utilizados nas mais diversas áreas, como saúde, desporto, banca e negócios, mercados de ações, etc (WIKIPÉDIA, 2016).

Os aplicativos são cada vez mais populares e tornaram-se muito importantes nos últimos anos e passam a ter papel de suma importância na vida dos usuários e são destinados a facilitar o desempenho de atividades do usuário, para diversas finalidades, assim como para divertimento.

Vivemos na era digital e alunos precisam ser bem orientados por professores quanto a boa utilização dos recursos da internet, do facebook, blog e aplicativos, como mídias para o aprimoramento do conhecimento. Alunos precisam aprender com professores a aplicar suas habilidades em utilizar as TDIC, em especial o celular, para o aprimoramento dos conhecimentos científicos que a escola e a internet oportunizam para o seu conhecimento e engrandecimento enquanto cidadãos.

Professores precisam aprender que não são mais a única fonte de saber do aluno, que o computador não é apenas uma máquina e as tecnologias digitais não estão sendo bem aproveitadas; a internet possibilita um diálogo entre vários saberes, saberes que não são publicados em livros, saberes entre comunidades, etc. E pela ausência de uso das TDIC dentro dos espaços escolares que os estudantes sentem-se frustrados e professores sentem –se desautorizados.

Sendo os professores analógicos e os alunos digitais, é o grande momento de tornar o aluno parte do processo de ensino por que domina a tecnologia digital e esta deve fazer parte dos recursos para chegar a informação e produzir o conhecimento.

Ensinar e aprender na cultura digital significa uma mudança de atitude de professores e alunos. O professor passa a ser um mediador do conhecimento,

assumindo o papel de orientador, sem mais ter de ensinar em situação solitária, mas sim colaborativamente orientando seus alunos a buscar várias informações se utilizando de várias fontes de pesquisa como sites, leituras, vídeos, imagens, sons, para analisar, compreender e sintetizar produzindo seus próprios textos através da pesquisa investigativa no trabalho colaborativo em rede, saindo da passividade onde recebia o conteúdo pronto para ser o sujeito ativo e participativo na construção do seu conhecimento.

As implicações do currículo da sociedade digital não são da ordem da substituição daquilo que, historicamente, vem sendo a educação e a escola. Vão em outra direção, no sentido de agregar e de qualificar novos referentes, de assimilá-los, experimentá-los e torna-los cotidianos. Essa atualização consiste em dar lugar ao novo, à convergência das mídias, tecnologias móveis e mobilidade, potencialidades comunicativas, redes sociais, ferramentas colaborativas e interativas e espaços tecnológicos convergentes.

2.5.1 TDIC na Educação Física

O currículo real concretiza-se na prática social efetiva entre professor e alunos, englobando tanto os conhecimentos que retratam o currículo prescrito, como os elementos simbólicos culturais, os saberes da prática docente, as práticas sociais pedagógicas, a comunicação, as técnicas e os artefatos colocados em ação (ALMEIDA; VALENTE, 2011).

Ler, estudar, pesquisar, refletir, dialogar com os alunos assuntos atuais e do seu interesse é ressignificar a escola e a sua importância na formação do ser humano; é resgatar, criar e recriar valores e significados para a função social da escola e educação física.

A prática pedagógica da educação física na escola deve articular-se com o processo social, em contínua mudança, para influir na educação de um homem com habilidades e preparo para interagir adequadamente na sociedade. Almeida e Valente (2011) afirmam que,

a exploração das propriedades constitutivas das TDIC permite a reconstrução do currículo na prática pedagógica, por meio da

expressão de ideias; a interação social; a navegação não linear em hipermídias; a exploração, seleção crítica e articulação de informações disponíveis em distintas fontes, para transformá-las em conhecimento representado por meio de múltiplas linguagens; a participação em redes de conexão horizontais; a colaboração entre pessoas situadas em distintos tempos, lugares e contextos, que podem dialogar e construir conhecimentos em conjunto por meio de processos interativos síncronos e assíncronos, constituindo o que Lévy chamou de inteligência coletiva.

A disciplina de educação física enquanto componente curricular e responsável por produzir conhecimentos referentes ao movimento e cultura corporal, necessita também acompanhar as mudanças sociais para bem desempenhar sua função de forma contemporânea. E, neste sentido, oportunizar a inclusão digital nas aulas é acima de tudo compreender que as TDIC integradas ao processo ensino aprendizagem permitem facilitar e promover saberes através da pesquisa e também corresponder as expectativas dos alunos, que são jovens e fazem uso das tecnologias digitais diariamente.

Assim, se a escola é extensão da casa do aluno, ali ele deve encontrar e dispor dos recursos que lá dispõe, e, por conseguinte, na educação física também. Já não podemos conceber hoje uma educação física que não estimule seus alunos a reflexão, que não construa com os aprendizes conceitos e conhecimentos que promovam a sua qualidade de vida. Neste contexto, cabe perfeitamente, a inclusão das TDIC como ferramentas pedagógicas nas aulas de educação física, pois estas permitem o acesso a informação que serão transformadas em conhecimento pelos alunos nas diferentes linguagens digitais, orientados e mediados pelo professor.

Para tal, o professor deve colocar-se em sintonia com as linguagens e símbolos que fazem parte do mundo do aluno, respeitando seu processo de aprendizagem e procurando compreender seu universo de conhecimentos por meio das representações que os alunos fazem em um suporte tecnológico. Por isso é tão importante que o professor otimize processos de construção do conhecimento que proporcionem a aprendizagem por meio da criação colaborativa e a integração das TDIC ao currículo.

Como o currículo se constrói na prática de sala de aula na relação entre professor e aluno, aluno e aluno, a tecnologia digital dentro de seu contexto se alia ao currículo para conhecer, rever conceitos, reconstruir, corrigir, aprimorar os conhecimentos trabalhados.

Estamos em uma situação na qual máquinas e seres humanos estariam fundidos em uma espécie de amálgama do ciborgue como um misto de máquina e organismo, um novo ser humano cuja existência é mediada pela tecnologia digital. Nesta perspectiva, nossa íntima relação com ela teria transformado nossas habilidades, desejos, formas de pensamento, estruturas cognitivas, temporalidade e localização espacial. A juventude é um ícone nesse processo. Ela interage crescentemente com as tecnologias e, assim, se produz, orienta seu comportamento e conduz a própria existência. As tecnologias digitais são, pois, um importante elemento constitutivo da cultura juvenil. (CARRANO; DAYREL, 2013, p.17).

Percebe-se assim, muitas possibilidades de inclusão das TDIC nas aulas de Educação Física, pois a aceitação por parte dos educandos é muito boa e os mesmos conseguem utilizar bem o potencial dos computadores, celulares, programas e aplicativos digitais. No caso específico da escola onde leciono, posso afirmar que a integração das tecnologias digitais ao currículo para as turmas do ensino médio foi mais tranquila devido ao maior domínio dos recursos digitais que estes educandos apresentaram, tendo em vista o nível de amadurecimento e grau de interação e experimentação com as TDIC, se comparados com os alunos do ensino fundamental. E motivada pelo curso de especialização educação na cultura digital desenvolvi atividades de aprendizagens com integração das TDIC juntamente com alunos do ensino médio inovador da EEB Profª Maria da Glória Silva. Dentre estas atividades, cito: Áreas de lazer do bairro Aurora; Flexibilidade – teste de sentar e alcançar com banco de Wells; Copa do mundo de futebol; Fair play; Imagem corporal X Padrão de beleza; Mostra escolar de dança; Jogos alternativos de xadrez na lousa digital; Frequência cardíaca; Além desta atividade, imagem corporal na perspectiva da saúde com integração das TDIC, motivo deste tcc.

Ao inserir as TDIC ao currículo, utilizando-as de forma crítica e criativa tornamos nossas aulas atrativas e significativas, pois aliamos as aprendizagens educacionais à cultura juvenil que está totalmente conectada ao mundo digital.

Descreverei duas atividades de aprendizagens resumidamente nos próximos parágrafos.

Áreas de lazer do bairro Aurora. Atividade desenvolvida no primeiro bimestre dos últimos três anos com alunos do 2º ano e apresento aqui a edição

do ano de 2015. Nesta atividade de ensino aprendizagem aliei conteúdo da educação física, lazer, com as TDIC. Escolhi esta proposta, por que além de considera-la muito importante aos jovens no que se refere a melhorias da sua qualidade de vida, também permitiu conciliar e potencializar o uso das TDIC através da pesquisa e do trabalho colaborativo em rede e da utilização dos demais recursos digitais. Os objetivos eram identificar na comunidade áreas de lazer para a prática de atividades físicas individuais e coletivas; Visualizar e registrar as condições físicas que se encontram estas áreas, sendo capazes de sugerirem melhorias; Relacionar atividades físicas que podem ser realizadas nestas áreas de lazer da sua comunidade; Valorizar a comunidade onde vive; Melhorar as relações interpessoais através dos interesses em comum elevando a autoestima; Reconhecer os órgãos responsáveis pelas áreas de lazer no bairro e qual o papel da comunidade em relação à estes espaços; Reconhecer o valor das TDIC como meio facilitador e enriquecedor da sua aprendizagem garantindo avanços na sua formação e melhorando a sua qualidade de vida através do acesso a informação e organização do trabalho escolar com diversos recursos tecnológicos e digitais; Utilizar as redes sociais para divulgar, melhorar seus trabalhos escolares e portanto sua aprendizagem e constante formação. A metodologia utilizada foram aulas com exposição teórica de conteúdos possibilitando a conversação e exposição de ideias; Saída de estudo em direção as áreas de lazer próximas da escola onde fotografaram e filmaram para posterior elaboração de relatórios e demais trabalhos no powerpoint e produção de vídeos. Formamos grupos de trabalho para pesquisar, relatar, organizar trabalhos na sala de aula e na sala de informática; Utilização das TDIC para fornecer material para desenvolver trabalhos, pesquisar, apresentar e aprimorar conhecimentos; Utilização das redes sociais da escola e da turma, para expor, socializar e enriquecer trabalhos desenvolvidos com inserção de comentários construtivos.

Jogos alternativos de xadrez na lousa digital. Atividade desenvolvida no primeiro bimestre de 2015 com alunos do 3º ano. Nossos alunos já sabem jogar o xadrez básico, inclusive com bom domínio das regras do jogo. E para intensificar ainda mais o interesse, conhecer e criar novos jogos, acionando a inclusão dos recursos digitais por fazer parte da cultura juvenil e como ferramenta pedagógica, justificando assim o desenvolvimento desta intervenção de ensino aprendizagem atingindo os objetivos educacionais da disciplina de educação física nos princípios

da autonomia, criatividade, coletividade, esportes, entre outros. Tivemos os objetivos de pensar e criar novos jogos de xadrez possíveis de serem praticados coletivamente e através da lousa digital; Desenvolver a autonomia na prática do jogo de xadrez, fazendo o aluno entender que é responsável pelo resultado do jogo de acordo com sua organização e opções de jogadas; Reconhecer no jogo de xadrez uma alternativa bem saudável e significativa para as suas horas de lazer; Reconhecer o valor de um jogo sem bola; Melhorar as relações interpessoais através dos interesses em comum elevando a autoestima; Reconhecer o valor das TDIC como meio facilitador e enriquecedor da sua aprendizagem; Utilizar as redes sociais da escola, face e blog, para promover conhecimento, divulgar e interagir com colegas comentando sobre jogos praticados. A metodologia utilizada foram aulas com exposição teórica de conteúdos possibilitando a conversação e exposição de ideias. Problemática do conteúdo para instigar os alunos: É possível jogar xadrez utilizando recursos digitais? Quais? Quem já jogou Xadrez com recursos digitais? Gostou? É possível jogar aqui na escola? Neste jogo de xadrez digital podemos jogar diferente? Com mais jogadores? Podemos mudar algumas regras para jogar diferente do xadrez convencional? Como? Formamos grupos de trabalho de alunos para pesquisar, criar, organizar trabalhos na sala de aula e na sala de informática; Prática de jogos criados utilizando a lousa digital; Utilização das TDIC para desenvolver trabalhos, pesquisar, apresentar e aprimorar conhecimentos; Utilização das redes sociais da escola, face e blog, para expor e enriquecer trabalhos desenvolvidos.

3 RELATO DE EXPERIENCIA

Esta atividade de aprendizagem se pautou na pesquisa e estudo sobre o tema da imagem corporal na perspectiva da saúde com integração das TDIC na disciplina de educação física pela profª Máгда Costa, envolvendo 34 aprendizes, sendo 16 alunos e 18 alunas, das turmas 2001 e 2002 do ensino médio inovador, na faixa etária entre 15 e 18 anos da EEB Profª Maria da Glória Silva do bairro Aurora – Içara – SC, no período de 03 de agosto a 30 de setembro de 2015. Os alunos são jovens residentes no bairro e arredores. Não trabalham, apenas estudam, evidenciando assim a valorização das famílias à educação dos seus filhos.

O esforço de conhecer e reconhecer os jovens estudantes pode levar à descoberta dos jovens reais e corpóreos que habitam a escola. E que, em grande medida, podem se afastar das representações negativas dominantes ou das abstrações sobre o “jovem ideal”. Buscar perceber como os jovens estudantes constroem o seu modo próprio de ser é um passo para compreender suas experiências, necessidades e expectativas. (CARRANO; DAYREL, 2013, p.16).

Justifica-se esta atividade de ensino e aprendizagem por contribuir significativamente para a conscientização do aluno quanto a valorização da sua saúde, da autoestima e do ser humano, em detrimento ao padrão de beleza estabelecido pela mídia, possibilitando melhores relacionamentos interpessoais na vida particular do educando e na comunidade escolar onde está inserido. Como nossos jovens já estão integrados à cultura digital, associamos o uso das TDIC ao desenvolvimento do tema e na aula de educação física, oportunizando momentos de reflexão sobre o corpo nas diferentes linguagens digitais, enriquecendo sua aprendizagem e suas convivências e, acima de tudo, valorizando a escola como espaço apropriado para discutir as relações corporais que ali acontecem, em especial nas aulas de educação física.

Os objetivos para esta intervenção foram: a) conscientizar os alunos quanto ao verdadeiro significado da sua imagem corporal; b) contribuir para a valorização da saúde, da autoestima e do ser humano em detrimento ao padrão de beleza estabelecido pela mídia; c) possibilitar melhores relacionamentos interpessoais na comunidade escolar e na vida pessoal de cada aluno; d)

reconhecer a atividade física regular enquanto fator de benefícios para a saúde; e) utilizar as TDIC como ferramenta pedagógica nas diferentes linguagens como mecanismo de aprofundamento do conhecimento; f) utilizar o aplicativo digital Medida Certa como meio facilitador do cálculo e indicador de atividades físicas; g) reconhecer o valor das TDIC para a construção da sua aprendizagem nas diferentes linguagens digitais.

Os conteúdos desenvolvidos nesta atividade de aprendizagem foram: a) Corpo; b) Conceito de Imagem Corporal; c) Desenvolvimento da imagem corporal; d) IMC do aluno, família e comunidade - classificação /orientação; e) Atividade física – caminhada; f) Utilização de programas para digitação e edição de vídeos; g) Aplicativo digital Medida Certa para calcular IMC, classificar e sugerir atividade física.

Os recursos materiais didáticos e digitais utilizados nesta atividade de aprendizagem foram: folhas ofício, xerox, canetas, lápis, borrachas, cadernos, celulares, pendrive, notebooks, datashow, internet, e-mail, programas de digitação e edição, aplicativo digital Medida Certa, face e blog da escola.

A metodologia para o desenvolvimento desta atividade de ensino aprendizagem foi pautada em aulas expositivas com diálogos e intervenções para esclarecimentos, pesquisa de conteúdos na internet, download do aplicativo medida certa, digitação e organização dos conteúdos no word e power point para apresentação e entrega, entrevistas na comunidade, produção de vídeos, posts no blog e face da escola e das turmas participantes.

Quanto a avaliação optamos por acompanhar todo o processo e utilizamos avaliação somativa através de elaboração dos textos, qualidade e metodologia; organização dentro dos programas utilizados; qualidade do conteúdo e da montagem do vídeo; domínio do conteúdo na apresentação

Antes de detalhar esta intervenção pedagógica, vamos conhecer um pouco sobre a escola onde desenvolvemos esta atividade conforme informações disponíveis no PPP, ano 2016.

A EEB Profª Maria da Glória Silva Foi fundada em 06 de outubro de 1950 e está localizada à Rua Joaquim Mendes, s/n no Bairro Aurora, município de Içara – SC. Possui 14 salas de aula, 01 sala de direção com banheiro, 01 biblioteca, 01 secretaria, 01 sala de professores, 01 banheiro masculino para professores, 01 banheiro feminino para professoras, 01 sala de informática, 02 cozinhas, 01

quadra de esportes, 01 ginásio de esportes, 01 banheiro feminino para alunas, 01 banheiro feminino para alunos, algumas salas menores que servem para guardar materiais de artes, educação física, materiais de limpeza, materiais de estoque, etc.

Mantida pelo Estado de Santa Catarina e administrada pela secretaria de Estado da Educação, a instituição norteia seu trabalho pelo Projeto Político Pedagógico, nos termos da legislação em vigor. É uma escola pública de referência em qualidade de educação, que busca cada vez melhor atender à comunidade num resgate à cidadania. Como marco referencial, além do conhecimento sistematizado, tem como missão educar para os desafios do mundo contemporâneo e como objetivo geral a construção de um currículo, a partir das expectativas da comunidade escolar, preparando os educandos para a convivência em sociedade, incorporando conteúdos atualizados, e sendo flexível para acompanhar as mudanças históricas e culturais.

O quadro funcional escolar é composto da seguinte forma: 3 Diretores; 1 Assistente Técnico Pedagógico; 1 Assistente de Educação; 21 Professores efetivos; 30 Professores act e 5 Serventes.

De acordo com a Lei nº 9394/96 em seu artigo 23, e a Lei Complementar 170/98 em seu artigo 24, esta escola oferece o Ensino Fundamental de nove anos e conforme Lei Federal 11.114/05 e 11.274/06, Ensino Médio, Ensino Médio Inovador. O quadro de turmas e número de alunos ficou assim distribuído para o ano de 2016: 7 turmas de ensino fundamental inicial somando 149 alunos; 8 turmas de ensino fundamental final somando 228 alunos; 4 turmas de ensino médio somando 107 alunos e 3 turmas de ensino médio inovador somando 40 alunos. O Ensino Médio Inovador- ProEMI, instituído pela Portaria nº 971, de 9 de outubro de 2009, integra as ações do Plano de Desenvolvimento da Educação – PDE, como estratégia do Governo Federal para induzir a reestruturação dos currículos do ensino médio. O objetivo do ProEMI é apoiar e fortalecer o desenvolvimento de propostas curriculares inovadoras nas escolas de ensino médio, possibilitando o desenvolvimento de atividades integradoras que articulam as dimensões do trabalho, da ciência, da cultura e da tecnologia, contemplando as diversas áreas do conhecimento a partir de 8 macrocampos: Acompanhamento Pedagógico; Iniciação Científica e Pesquisa; Cultura Corporal; Cultura e Artes; Comunicação e uso de Mídias; Cultura Digital;

Participação Estudantil, Leitura e Letramento. Nesta modalidade de ensino, os alunos estudam todas as manhãs e três tardes e por ter uma grade curricular diferenciada é possível realizar saídas de estudo dentro e fora do município e também em outros estados com o objetivo de ampliar e produzir novos conhecimentos na reelaboração do tema proposto através de diferentes produções nas diferentes linguagens encaminhando também para a socialização dentro da comunidade escolar levando a experiência obtida e o saber ao conhecimento de todos.

A escola ainda comporta o programa mais educação neste ano de 2016 que foi instituído pela Portaria Interministerial nº 17/2007 e regulamentado pelo Decreto 7.083/10, constituindo-se como estratégia do Ministério da educação para induzir a ampliação da jornada escolar e a organização curricular na perspectiva da Educação Integral.

Oferece também o PENOA - Programa Estadual de Novas Oportunidades de aprendizagem que foi instituído pela Portaria nº 28 de 25 de julho de 2013, tendo o objetivo de oportunizar ao educando métodos diferentes, assim possibilitando uma melhor aprendizagem.

Na Escola de Educação Básica Profª Maria da Glória Silva o PENOA atende alunos do: Ensino Fundamental – Anos Iniciais do 3º, 4º e 5º anos; Ensino Fundamental – Anos Finais do 6º, 7º, 8º e 9º anos e Ensino Médio – 1º, 2º e 3º anos.

A escola desenvolve o projeto Escola Sustentável e de acordo com a Lei nº 9.795/99, a educação ambiental envolve a promoção de processos pedagógicos que favoreçam a construção de valores sociais, conhecimentos, habilidades e atitudes voltadas para a conquista da sustentabilidade socioambiental e a melhoria da qualidade de vida. Formou-se um colegiado que envolve estudantes, professores, gestores, funcionários, pais e comunidade com o objetivo de promover a sustentabilidade na escola em todas as suas dimensões, estabelecendo relações entre comunidade escolar e seu território em busca de melhoria da qualidade de vida. A originalidade desse coletivo é estimular e fortalecer a liderança estudantil na definição dos destinos da escola.

A escola também participa do programa Atleta na Escola lançado pelo governo federal em 2013 e tem como objetivo incentivar a prática esportiva nas escolas, democratizar o acesso ao esporte, desenvolver e difundir valores

olímpicos e paraolímpicos entre estudantes da educação básica, estimular a formação do atleta escolar e identificar e orientar jovens talentos.

O governo federal firmou parceria com os estados, distrito federal, municípios, escolas públicas (privadas e federais), comitê olímpico e paraolímpico brasileiro e as confederações brasileiras de atletismo, judô e voleibol, com o intuito de alcançar os objetivos expostos e a cada ano agrega novas modalidades. Compete à escola promover competições esportivas entre seus estudantes afim de que participem do esporte escolar de forma saudável e com espírito fair play, e posteriormente comprovando com imagens e dados dos alunos participantes, receber uma ajuda de custo que deve ser aplicado na aquisição de materiais esportivos.

O programa atleta na escola tem duas grandes ações: 1) Jogos escolares: competições compostas de várias etapas que proporcionarão uma grande participação de atletas escolares; 2) Centro de iniciação esportiva: acolhimento dos talentos esportivos identificados nos jogos escolares.

As manifestações culturais juvenis, notadamente as que se fazem notar pelas mídias eletrônicas, podem e devem ser utilizadas como ferramentas. que facilitem a interlocução e o diálogo entre os jovens, profissionais da educação e a escola, contribuindo assim para o desenvolvimento de práticas pedagógicas inovadoras em comunidades de aprendizagens superadoras das tradicionais hierarquias de práticas e saberes ainda tão presentes nas instituições escolares (CARRANO; DAMASCENO; TAKAKGI *apud* CARRANO; DAYREL, 2013, p. 27-28).

Voltando ao relato de experiência, imagem corporal na perspectiva da saúde com integração das TDIC, o conteúdo de ensino aprendizagem foi apresentado, desenvolvido, articulado, pesquisado e editado na sala de aula da turma, na sala informatizada da escola em 9 aulas de 45 minutos cada e em alguns momentos em suas próprias casas para dar sequência ao que fora iniciado em sala de aula num total de 3 horas. Houve outro momento em que levaram este conhecimento para a comunidade local, onde atuaram em casa de seus familiares e vizinhos explicando o tema e aplicando o IMC com aplicativo Medida Certa, perfazendo umas 3 horas de atividade.

Na primeira e segunda aula foi iniciado e explicado conteúdo na sala de aula sobre a imagem corporal e como se processa ao longo da vida na

perspectiva da saúde. Também foi apresentada a origem do IMC, sua aplicabilidade, fórmula e classificação. Cada aluno desenvolveu a fórmula do IMC: $\text{Peso} / \text{Altura} \times \text{Altura}$ em seu caderno, utilizando calculadora do celular, para obter seu índice e classificação, onde fiz recomendações sobre atividades físicas para melhorar este índice, em especial, a caminhada, por ser de fácil acesso à todos. E conversamos também sobre valorizar a saúde ao invés da estética por ela mesma. Falamos sobre individualidade e autoestima. Alunos com sobrepeso não ficaram muito a vontade, mas com o enfoque da saúde, sentiram-se melhor e por este encaminhamento houve respeito por parte dos alunos que apresentaram peso normal. Constatou-se que meninos participam mais de atividades físicas fora do horário escolar e meninas são mais sedentárias, sendo incentivadas a praticar no seu tempo livre.



Turma 2002
Fonte: acervo pessoal

Na terceira aula em sala, acionaram o aplicativo medida certa em seus celulares e calcularam seu IMC, obtendo o resultado, classificação, perfil, sugestões de dieta alimentar e atividades físicas. Alguns precisaram ir até wifi da escola para baixar aplicativo que ainda não tinham. Gostaram do aplicativo porque já dá um parecer de dieta e sugestões de atividades físicas.

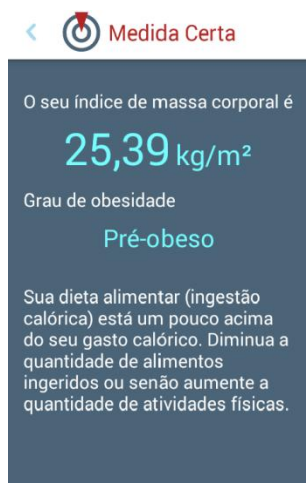


Imagem aplicativo medida certa
Fonte: acervo pessoal

Solicitei trabalhos e formamos grupos de no máximo 04 alunos para pesquisarem e elaborarem trabalho no PowerPoint, Word e em Vídeo contendo conceitos e explicações sobre o IMC. Aqui senti um pouquinho de resistência, pois alguns acharam trabalhoso incluir o vizinho de onde mora no seu trabalho. Mas após explicar que a função da escola, da disciplina e deles como cidadãos, é socializar o conhecimento para qualificar a vida dos moradores da comunidade, entenderam e aceitaram a proposta.

Na quarta e quinta aula, na sala informatizada, com meu auxílio e da professora de informática, pesquisaram e selecionaram conteúdos para elaboração dos trabalhos. Nosso laboratório possui apenas 11 computadores funcionando, o que gerou um pouco de conflito entre alunos sobre a utilização dos equipamentos. A internet também não estava com bom sinal, o que tornava o processo lento e facilitava as reclamações. Foram orientados a pesquisarem também em casa e a marcar horário no contraturno escolar.



Turma 2001 pesquisando no laboratório de informática
Fonte: acervo pessoal

Na atividade extra classe, os grupos de alunos organizaram-se para aplicar trabalho do cálculo digital do IMC utilizando aplicativo medida certa e celulares para fotografar e filmar. Disseram que foi dificultoso filmar o trabalho, pois familiares e vizinhos não queriam ser filmados, mas alguns se habilitaram. Comentaram que as famílias acharam importante e gostaram de saber deste cálculo. Todos utilizaram o aplicativo para obter o índice, pois o resultado e classificação são corretos, além das dicas de alimentação e atividades físicas.



Aluna Nadyne Martins entrevistando Rosane – Moradora da comunidade
Fonte: acervo pessoal

Na sexta e sétima aula, os alunos editaram os vídeos na sala informatizada e organizaram no word e powerpoint, com meu auxílio e da professora de

informática, organizando para apresentação em notebooks, utilizando também seus pendrives e celulares. Também concluíram filmagens e edição dos vídeos em suas próprias casas. Neste momento percebi que nem todos os alunos sabiam editar vídeos, mas estavam interessados em fazer uma boa produção com dicas que recebiam de alguns colegas e professores, sendo que em cada grupo havia pelo menos um aluno com conhecimento de produção e edição de vídeo.



Aluno Giovani Leacina durante filmagem em sua casa
Fonte: acervo pessoal

Na oitava e nona aula, reservamos para apresentação dos trabalhos em sala de aula utilizando pendrive, notebook e datashow. Copiei em pendrive para postar no blog e face da escola. A produção dos vídeos foi bem criativa e contemplou bem os conteúdos trabalhados e pesquisados de forma bem dinâmica, enquanto que as apresentações no word e powerpoint foram mais extensas, mas também de boa qualidade. Os grupos apresentaram e foram submetidos a alguns questionamentos de minha parte e solicitados também a explicar como procederam durante atuação nas famílias e vizinhos na comunidade.



Alguns alunos turma 2002 após apresentação primeira parte do trabalho
Fonte: acervo pessoal



Alunos Wellington e Welington apresentando trabalho com produção do vídeo
Fonte: acervo pessoal

Uma das mais importantes tarefas das instituições educativas hoje está em contribuir para que os jovens possam realizar escolhas conscientes sobre suas trajetórias pessoais e constituir os seus próprios acervos de valores e conhecimentos não mais impostos como heranças familiares ou institucionais. (CARRANO; DAYREL, 2013, p.19).

Avaliando esta experiência pedagógica, imagem corporal na perspectiva da saúde com integração das TDIC posso dizer que entre os avanços alcançados, destaca-se a conscientização dos aprendizes quanto a valorização da saúde, ao invés de priorizar a estética, supervalorizada pelas mídias, que propõe um padrão corporal a ser atingido por todos. Ocorreu um processo de humanização

melhorando as relações interpessoais, estimulando o respeito e a boa convivência dos alunos. Houve conscientização e valorização das atividades físicas dentro e fora da escola, em especial a caminhada por ser de fácil acesso e praticamente sem custo, trazendo benefícios à saúde. Após obtenção do conhecimento puderam atuar como cidadãos participativos, levando estes conhecimentos para a comunidade local, valorizando o seu esforço, participação e aprendizagem, o que é muito saudável para a elevação da sua autoestima e para situar a escola como um referencial de cultura e produção de saberes contribuindo para a melhoria da qualidade de vida da comunidade, uma vez que as famílias acharam importante e gostaram de saber deste cálculo que lhes deu um parecer sobre a condição da sua saúde.

Na saída de campo interagindo com a comunidade os alunos já estavam organizados em grupos e cada grupo deveria apresentar o tema, objetivos e aplicar cálculo IMC emitindo o índice atingido, se o peso estava ou não normal, bem como recomendações sobre alimentação e atividades físicas. Durante a intervenção na comunidade deveriam filmar para editarem vídeos e apresentarem em sala de aula como parte do trabalho avaliativo.

A autonomia adquirida pelos alunos nesta atividade em construir seu próprio conhecimento sobre imagem corporal, através do levantamento de informações e das pesquisas em rede, levar estes conhecimentos para a comunidade e na organização das apresentações e edição dos vídeos, foi um avanço muito importante para os discentes.

Houve ainda um bom aproveitamento das TDIC como ferramenta pedagógica, utilizada nas diferentes linguagens como mecanismo de aprofundamento do conhecimento. As aprendizagens adquiridas, melhoradas e ampliadas com suporte das TDIC foram: inclusão e acesso as TDIC, letramento na operacionalização das ferramentas tecnológicas digitais, autonomia, autoria e produção dos seus trabalhos aplicando conhecimentos e representando o pensamento nas diferentes linguagens digitais.



Alunas Amanda, Rafaela e Nadyne apresentando trabalho com produção do vídeo
Fonte: acervo pessoal

A utilização do aplicativo digital Medida Certa como meio facilitador do cálculo do índice de massa corporal e indicador de atividades físicas também contribuiu para aumentar o interesse dos alunos em buscar novos aplicativos para auxiliar na verificação da sua saúde.

É um estudo importante e interessante de ser feito para tirar dúvidas do seu próprio corpo e entender melhor por que estar em “forma” é melhor para a saúde. Indicamos para todas as pessoas e famílias.....Saiba mais sobre você e seja saudável. (Depoimento alunas da turma 2002, ano 2015).

Avaliando agora os desafios enfrentados na realização desta experiência pedagógica posso dizer que os obstáculos foram contornados e outros superados em relação ao conteúdo específico da educação física e em relação a integração das TDIC para alavancar o conhecimento e dar suporte as aprendizagens do tema nas diferentes linguagens digitais.

No decorrer das aulas tratei alunos com igualdade, embora cada um na sua singularidade, com sobrepeso ou peso normal, foram tomando consciência da relação imagem corporal e saúde. Todos contribuíram nos diálogos sobre a individualidade, massa corpórea, padrão de beleza, mídia e saúde, sendo que houve muito respeito e incentivo para melhorar a condição de todos, pois ficou compreendido que é necessário manter cuidados com alimentação e continuar com práticas de atividades físicas regularmente.

O sinal ruim da internet na escola também dificultou os trabalhos de pesquisa, elaboração dos trabalhos e edição dos vídeos, que foi superado utilizando os recursos digitais pessoais.

Um grupo não conseguiu editar vídeos devido a falta de internet na escola e por não terem conseguido se articular de outra forma, foi possibilitado que organizassem no word ou powerpoint.

Como sugestão de melhorias para esta atividade em nova oportunidade para aprofundar conhecimentos e socializar e ainda integrar mais as TDIC, penso que seria possível que os grupos formados pudessem levar este conhecimento para a comunidade escolar através de oficinas e seminários utilizando o aplicativo medida certa para efetuar o cálculo digital do índice de massa corporal.

Durante as oficinas e seminários poderiam utilizar notebooks e data show para expor o conteúdo temático através de apresentações organizadas no powerpoint.

Alguns alunos poderiam estar filmando e fotografando para posterior edição de apresentações no powerpoint ou e vídeos para postar no face e blog da escola.

O objetivo principal do trabalho era conscientizar as pessoas sobre estar ou não acima do peso para terem uma vida mais saudável, na alimentação e com exercícios físicos. Gostamos de usar o aplicativo medida certa por que além de mostrar o cálculo correto, ainda dá dicas de como a pessoa pode ter um dia a dia com atividades físicas. Ele mostra várias formas de exercícios diferentes para praticarmos, além de ter o passômetro que é muito legal, pois quando acordamos e começamos a caminhar, ele começa a contagem e ao atingir determinado número de passos, equivale a uma caminhada e isso é bom pras pessoas que na correria do dia a dia não tem tempo para fazer atividade física. (Depoimento alunas da turma 2001, ano 2015).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Findamos este trabalho atingindo o objetivo inicial deste estudo em compreender a relação entre imagem corporal, saúde, mídias, TDIC e atividades físicas entre os jovens e concluímos que a imagem corporal é elaborada subjetivamente durante o decorrer da vida de cada pessoa e que quanto mais positivo for o que pensamos e sentimos, mais saudáveis serão nossos relacionamentos, pois transmitiremos autoconfiança. Que deve haver uma preocupação com uma mente saudável, capaz de compreender os seus limites corporais e aceitar as diferenças biologicamente existentes entre os seres humanos resgatando a identidade humana através do autoconceito elevado, sociabilização e respeito. Demonstramos ainda que imagem corporal é um estado individual e que devemos relacionar, sobretudo, com saúde para garantir qualidade de vida e longevidade. E neste sentido, a atividade física é aliada imprescindível para combater o sedentarismo e desenvolver melhor a saúde do praticante, que é entendida atualmente como um bem estar completo da pessoa envolvendo todos os segmentos da sua vida, passando por boas condições de moradia, saneamento básico, emprego, alimentação, segurança, vida familiar e social, etc. Compreendemos também que é função da escola e da disciplina de educação física integrar as tecnologias digitais, pois quando as TDIC estão presentes no currículo escolar há possibilidade de mais jovens compreenderem os conhecimentos abordados, porque estabelecem maiores relações com as múltiplas linguagens que as tecnologias digitais proporcionam e auxiliam no desenvolvimento da argumentação, da criticidade e também da criatividade nas diversas produções de conhecimento empreendidas no universo escolar. E em relação ao tema deste trabalho, imagem corporal, utilizar as TDIC nas aulas de educação física, para pesquisar e elaborar conhecimentos desconstruindo a obsessão em ter o corpo midiático, esbelto e forte com musculaturas definidas, levando-os a reflexão da imagem corporal na perspectiva da saúde.

Ressignificando conhecimentos e experiências com estas turmas do ensino médio foi possível oportunizar saberes e vivências para essa nova geração. Contemplando reflexão do estudo e pesquisa sobre imagem corporal na perspectiva da saúde com integração das TDIC, revelou-se a possibilidade de

integração dos diferentes saberes dentro do espaço escolar, culminando com a expansão do currículo que abraça o social para dar-lhes sentido e significado, fortalecendo os jovens em processo de formação, para atuar e melhorar a sociedade em que vivem.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Lígia Assumpção. Diferenças e preconceitos na escola: Alternativas teóricas e Práticas. In: AQUINO, Julio Groppa (org.) **Sobre crocodilos e avestruzes**: falando de diferenças físicas, preconceitos e sua superação. São Paulo Summus Editorial, 1998. Disponível em <<http://www.carlosmosquera.com.br/diferencas-e-preconceitos-na-escola-alternativas-teoricas-e-praticas-julio-groppa-aquino-org-sao-paulo-summus-editorial-1998-sobre-crocodilos-e-avestruzes-falando-de-diferencas-fisicas-precon/>> Acesso em: 22 agosto 2016.

ALMEIDA, M. E. B. **Integração de currículo e tecnologias: a emergência de web currículo**. XV Endipe – Encontro Nacional de Didática e Prática de Ensino. Anais...Belo Horizonte: UFMG, 2010.

ALMEIDA; M. E. B.; VALENTE, J. A. **Tecnologias e currículo**: trajetórias convergentes ou divergentes? São Paulo: Paulus, 2011.

ALMEIDA, M. E. B.; VALENTE, J. A. **Curso de especialização em educação na cultura digital**: Núcleo de Base 1 – Brasília, DF: MEC, 2014. 27p. Disponível em <http://catalogo.educacaonaculturadigital.mec.gov.br/site/hypermedias/4> Acesso em: abril, maio 2016.

BERSCH, Rita; SARTORETTO, Mara Lúcia. **O que é tecnologia assistiva?** Disponível em <<http://www.assistiva.com.br/tassistiva.html>> 2014. Acesso em: 24 junho 2016.

BRASIL. Secretaria de Educação Básica. **Formação de professores do ensino médio, etapa I - caderno II**: o jovem como sujeito do ensino médio / Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica; [organizadores : Paulo Carrano, Juarez Dayrell]. – Curitiba: UFPR/Setor de Educação, 2013.

CARRANO, M.; DAYRELL, J. (Orgs.). **Formação de professores do ensino médio**, etapa I caderno II: o jovem como sujeito do ensino médio. Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica. Curitiba : UFPR/Setor de Educação, 2013.

CORPOLATRIA. In: **Wikipedia**. Disponível em <<https://pt.wikipedia.org/wiki/Corpolatria>> . Acesso em 22 agosto 2016.

CULTURA DIGITAL. In: **Cultura Digital**. Disponível em <<http://culturadigital.br/conceito-de-cultura-digital/>>. Acesso em 04 abril 2016.

GUEDES, Caroline Lengert. **Mídias na Educação. Desenvolvimento de projetos com mídias integradas na educação**. Florianópolis. IF-SC, 2012.
 IMAGEM CORPORAL. In: **Wikipedia**. Disponível em <https://pt.wikipedia.org/wiki/Imagem_corporal>. Acesso em: 27 março 2016.

INDICE DE MASSA CORPORAL. In: **Wikipedia**. Disponível em <https://pt.wikipedia.org/wiki/%C3%8Dndice_de_massa_corporal>. Acesso em 12 março 2016.

JUNIOR, Jaime Miranda. **Mídias na Educação. Redes sociais e educação**. Florianópolis: IF-SC, 2012.

LEVY, Renata Bertazi et al. **Imagem corporal, estado nutricional e comportamento com relação ao peso entre adolescentes brasileiros**. Disponível em <https://www.researchgate.net/profile/Renata_Levy/publication/47728066_Body_image_nutritional_status_and_practices_for_weight_control_among_Brazilian_adolescents/links/0a85e5384cf77983a6000000.pdf>. Acesso em: 09 junho 2016.

MATURANA, Leonardo. **Imagem Corporal: noções e definições**. In: Efdeportes. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd71/imagem.htm>>. Acesso em 27/03/2016.

MEZZARROBA, Cristiano. **Ampliando o olhar sobre saúde na educação física escolar: críticas e possibilidades no diálogo com o tema do meio-ambiente a partir da Saúde Coletiva**. In: Motrivivência Ano XXIV, Nº 38, P. 231-246 Jun./2012. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.5007/2175-8042.2012v24n38p231>>. Acesso em: 27 maio 2016.

NOVA ESCOLA. **Educar na cultura digital**. Disponível em <<http://novaescola.org.br/gestao-escolar/educar-cultura-digital-738012.shtml>>. Acesso em: 16 maio 2016.

PORTO, Fausto Arantes. **Benefícios da Atividade Física - Em sua vida diária**. Disponível em <http://www.saudeemmovimento.com.br/conteudos/conteudo_exibe1.asp?cod_noticia=640>. Data da Publicação: 05/06/2002. Acesso em: 20 abril 2016.

PIRES, G. D. L.; SILVEIRA, J. **Curso de Especialização em Educação na Cultura Digital: Educação Física e TDIC** – Brasília, DF: MEC, 2014. 41p. Disponível em <<http://catalogo.educacaonaculturadigital.mec.gov.br/site/hypermedias/11>> Acesso em: abril, maio, junho 2016.

ROSA, Andrenizia Aquino Eluan da. **Mídias na Educação. Convergência das mídias**. Florianópolis: IF-SC, 2012.

SILVA. EEB Prof Maria da Gloria Silva. **PPP. Projeto Político Pedagógico**. Içara, 2016.

TELLES, André. **A Revolução das Mídias Sociais**. São Paulo: M. Books do Brasil Editora Ltda, 2011.

UNESCO. **Carta Internacional de Educação Física, da atividade física e do esporte.** Brasília. Versão em português, 2016. Disponível em <http://www.unesco.org/new/pt/brasil/abouthis-office/single-view/news/unesco_launches_portuguese_version_of_the_new_international_charter_of_physical_education_physical_activity_and_sport/#.V2wSN032bIU>. Acesso em: 16 maio 2016.

USP. **Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) – 1946.** Disponível em <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswwho.html>> Acesso em: 20 junho 2016.

WHATSAPP. In: **Significados.** Disponível em <<http://www.significados.com.br/whatsapp.>> Acesso em: 17 maio 2016.